

Gegratineerde pastaschotel met broccoli en (vegetarische) kip



Ingrediënten voor 4 personen:

- 300g prei
- 1,2 kg broccoli
- 300g (volkoren) pasta
- ½ vetarm groentebouillonblokje
- 4 sneden (volkoren) oud brood
- 40g pompoenpitten
- 2 eetlepels olijfolie
- 80g light gruyere kaas
- 500g champignons
- 300g (vegetarische) kip
- 2 eetlepels (vloeibare) margarine
- Peper, Provençaalse kruiden, lookpoeder, (zout)
- 1 bol mozzarella



Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 200°C.
- Halveer en was de prei, snijd vervolgens in halve ringen.
- Snijd de broccoli in roosjes en stoom samen met de prei gaar óf kook ze samen gaar in kokend water gedurende +/- 8 minuten. Laat vervolgens goed uitlekken.
- Breng in een andere kookpot opnieuw water aan de kook, voeg het bouillonblokje toe en kook de pasta beetgaar zoals beschreven op de verpakking. Giet vervolgens af, maar bewaar wel een glas kookvocht.
- Doe het brood in stukjes en cutter samen met de pompoenpitten tot grof kruim. Vermeng dit samen met de kaas en de olie. Dit wordt het paneermeel.
- Maak de champignons proper, snijd in vieren en zet apart.
- Snijd de (echte) kip in blokjes of ga meteen aan de slag met de vegetarische kip (die reeds in stukjes is): bak goudbruin in een antikleefpan en voeg hier vervolgens de champignonstukjes aan toe. Laat op een lager vuurtje enkele minuten samen stoven. Kruid af met peper (en zout).
- Mix $\frac{3}{4}$ van het prei/broccolimengsel samen met de kruiden en het opgevangen kookvocht tot een gladde saus.

- Vermeng de pasta met de overige prei, broccoli, kip champignons. Snijd de mozzarella in stukjes en schep ook door de pasta. Doe alles in een ovenschaal en bestrooi met het zelfgemaakte paneermeel.
- Bak gedurende 15 minuten.

Tips

- Vegetarische kip is verkrijgbaar in vele supermarkten:

